

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ДЕТИ И КОМПЬЮТЕР»



Компьютеры уже давно и прочно проникли во все сферы деятельности человека, они прочно вошли в нашу жизнь. С одной стороны, компьютеры очень облегчают нашу жизнь, а с другой – мы вынуждены платить своим здоровьем и благополучием в доме. Современные дети с легкостью овладевают навыками работы с различными электронными компьютерными новинками.

Компьютер для ребёнка является игрушкой, необычной, привлекательной. Но вот вопрос: способствует ли он развитию ребёнка дошкольного возраста или, напротив, сдерживает его? Существуют как сторонники, так и противники применения компьютера в деятельности детей дошкольного возраста. Споры относительно пользы и вреда от компьютерных игр ведутся на всех социальных уровнях, ученые проводят исследования о влиянии компьютерных игр на человека, дети спорят родителями, родители — с учителями, и так далее. Тем не менее, однозначного ответа все равно нет.

Приведенные ниже факты, возможно, помогут вам сделать правильный выбор.

Плюсы компьютера для ребёнка:

Техническая грамотность. Дети становятся технически грамотными, обучаются пользоваться техникой, работать с принтером, сканером – это поможет ему в будущем в повседневной жизни.

Образованность. Ребёнок может найти нужную ему информацию в интернете, выполнять домашнее задание, смотреть обучающие видео ролики, осваивать интересные полезные программы.

Просвещенность. Ведь можно искать ответы в интернете на интересующие вопросы, ведь ответ есть практически на любой вопрос!

Компьютер способствует развития у детей воображения, фантазии, творческих способностей, а также расширяет кругозор.

Благодаря современным гаджетам, родители могут контролировать местонахождения их чада.

И особым пунктом я бы хотел отметить – душевный комфорт. Вот представьте, у всех детей в школе есть дома компьютеры, родители разрешают им играть в игры, а у вашего ребёнка такой возможности нет. Обида? Зависть? Подавленное настроение? Поэтому давать детям компьютер можно и нужно, но дозированно и под контролем взрослого.

Минусы компьютера для ребёнка:

Развитие игровой зависимости. Сознанием детишек полностью овладевает виртуальная реальность.

Появляется тревожность, страх, неуверенность из-за стремления добиваться желаемого результата

Появление агрессивности к окружающим людям, вследствие игры в жестокие игры, где убивают.

Негативное влияние на физическое развитие детей – малоподвижность, искривления позвоночника.

Замкнутость. Отпрыски все реже начинают выходить на улицу. В 90-е года, когда не было даже сотовых телефонов, мы всегда играли на улице до самого вечера! А сейчас? Допоздна за компьютером.

Но при этом очень важно, что находится внутри вашего компьютера, в какие компьютерные игры играет ваш ребенок. Как часто дошкольники на вопрос «Какая твоя любимая игра?» отвечают: «Компьютерная». А дальше выясняется, что ребёнок

практически каждый день длительное время играет в любимые «гонки», «стрелялки», «бродилки». Родители подчас даже не задумываются о последствиях.

Необходимо сформировать у ребенка правильное отношение к компьютеру как к помощнику в учебе, в освоении определенных навыков, в получении информации.

Различают несколько видов компьютерной зависимости:

- Игровая, при которой ребёнок запоем играет в групповые игры по сети или индивидуально. Ребёнок бросает все: учёбу, семью, вся его жизнь перемещается в плоскость монитора.

- Сетевая зависимость, при которой ребёнок не может обойтись без так называемого интернет-общения на форумах или в соцсетях.

Признаки компьютерной зависимости у детей:

Ребёнок теряет интерес к другим занятиям.

Все свое свободное время ребёнок стремится провести за компьютером или ТВ.

Общение с другими детьми начинает сводиться только к компьютерным играм.

Происходит постепенная утрата контакта с родителями.

Ребёнок все меньше стремится к общению с другими, общение становится поверхностным.

Формально отвечает на вопросы, избегает доверительных разговоров.

Ребёнок начинает обманывать, стремится любыми способами заполучить желаемое.

Ребёнок скрывает, сколько на самом деле времени провел за компьютером или телевизором.

На любые ограничения, связанные с компьютером, ТВ, планшетом или телефоном реагирует нервно, сильно переживает, злится, грубит, может плакать.

Теряет контроль над временем, проведенным за экраном.

Ребёнок начинает есть возле компьютера.

Ребёнок уже с утра начинает просить мультики или компьютер.

Ребёнок приходит из школы и первым делом садиться перед ТЗ или включает компьютер.

Непонятный эмоциональный подъем, который резко сменяется дурным настроением.

Завязтого компьютерщика можно отличить сразу. Он обращен внутрь себя, не замечает или игнорирует внешние события, плохо адаптируется к реальной жизни.

Как в таком случае помочь ребёнку?

Желательно, чтобы компьютер был установлен в общедоступном месте – одно это способно иной раз разрушить приватность и секретность в Интернете.

Самое главное – знать, как влияет компьютер на детский организм и сколько времени ребёнок может проводить за монитором без вреда для здоровья.

Существуют основных вредные факторы при использовании ПК:

нарушение зрения,

снижение иммунитета,

головные боли,

повышенная утомляемость,

бессонница,

боли в спине,

туннельный синдром (боли в запястье).

Рекомендации психологов и педиатров при использовании ПК

В 3-4 года — ребёнок может находиться у компьютера 20 минут;

в 5-6 лет — 25 минут;

в 7-8 — 40 минут в сутки.

Основные правила при работе ребёнка за компьютером:

1. Ребёнок может играть за компьютером не более 15 минут в день.
2. Лучше играть в первой половине дня.
3. Комната, в которой он работает должна быть хорошо освещена.
4. Мебель соответствовать росту ребёнка.
5. Расстояние от глаз ребёнка до монитора 60 см.
6. После игры нужно обязательно сделать зарядку для глаз.
7. Игровую деятельность сменить физическими упражнениями.
8. При слабом зрении садиться за компьютер можно только в очках.
9. Соблюдать правильную рабочую позу.
10. После занятий умыться прохладной водой.